



あなたとみんなの命を守る ちばサイクルール

1 自転車安全利用のルールについて、○か×で答えよう

- Q 1 自転車は、法律上、自動車と同様に「車両」に含まれる。
- Q 2 右の標識のある歩道では、自転車は歩行者より優先しての通行が可能である。
- Q 3 自転車は車道通行が原則であり、その際、車道の右側を通行しなくてはならない。
- Q 4 交差点での止まれの標識は、自動車を守るべきルールであって、自転車はその限りでない。
- Q 5 雨天時、前方の確保が図れれば、傘を差しての運転は認められている。
- Q 6 自転車の二人乗りは禁止されており、2万円以下の罰金が定められている。
- Q 7 夜間、歩行者や他の自転車などを目視できれば、自転車のライトを点灯しなくてもよい。
- Q 8 「千葉県自転車条例」では、自転車を利用するすべての人に対して自転車損害賠償保険への加入が義務化されている。
- Q 9 「道路交通法」では、13歳未満の子供は乗車用ヘルメットを着用するように努めなければならないとされている。
- Q 10 自転車で登校途中、歩行者とぶつかって歩行者が転倒したが、歩行者にけががなく、連絡先を確認しておけばすぐに立ち去ってもよい。



(解答欄)

Q 1	Q 2	Q 3	Q 4	Q 5	Q 6	Q 7	Q 8	Q 9	Q 10

★交通事故にあったら…

- (①) の確認
- ・相手、自分にけががないか確認しよう。
 - ・負傷者がいる場合、応急処置をしよう。
 - ・必要に応じ、他の人に助けを求めよう。
- (②) の防止
- ・自転車等を安全な場所に移動させよう。
- 警察や消防への (③)
- ・負傷者がいる場合は、119番
 - ・けがのない事故の場合は、110番



事故を起こした運転手等は、交通事故の発生日時・場所・負傷者の有無などを最寄りの警察に届け出なければなりません。

届け出ないと、「ひき逃げ」や「当て逃げ」となる場合があります。

➡ 道路交通法第72条（交通事故の場合の措置）【罰則】5年以下の懲役又は50万円以下の罰金

2 県内の自転車交通事故の現状

交通事故発生件数及び自転車事故発生件数の推移(千葉県)

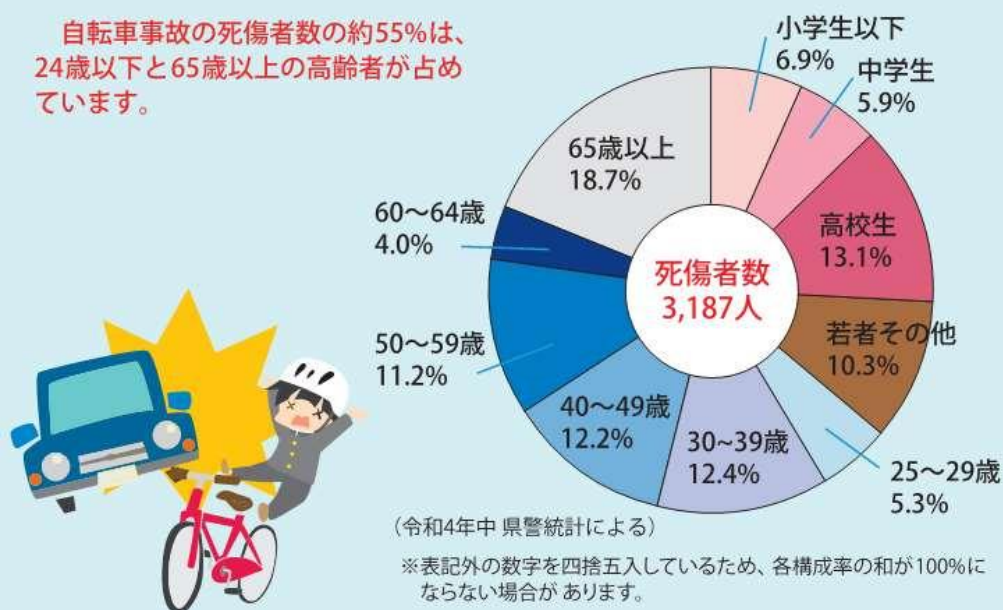


交通事故発生件数及び自転車事故発生件数は、減少傾向にあります。自転車事故割合は平成27年より上昇しています。

令和4年の自転車事故発生件数は、交通事故発生件数全体の(①) %を占めています。

自転車事故の年齢層別死傷者数割合(令和4年 千葉県)

自転車事故の死傷者数の約55%は、24歳以下と65歳以上の高齢者が占めています。



自転車事故の死傷者数の約(②) %は、24歳以下の若者と子ども、65歳以上の高齢者が占めています。

3 「ちばサイクルルール」とは？

平成29年4月1日、「千葉県自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」の施行を受けて、自転車安全利用のルールを10項目にまとめました。

～自転車に乗る前のルール～ 	～自転車に乗るときのルール～ 
○ (①)) に入ろう	● 車道の (⑤)) を走ろう
○ (②)) をしよう	● (⑥)) を優先しよう
○ (③)) を付けよう	● (⑦)) はやめよう
○ (④)) をかぶろう	● (⑧)) では安全確認しよう
○ 飲酒運転はやめよう	● 夕方から (⑨)) をつけよう

自転車保険に入ろう (関連…自転車条例第15条)

<自転車事故事例1>

男子小学生(11歳)が夜間、帰宅途中に自転車で下り坂を走行中、歩道と車道の区別のない道路において歩行中の女性(62歳)と正面衝突。女性は頭蓋骨骨折等の傷害を負い、意識が戻らない状態となった。
損害賠償額 約9,521万円 (神戸地方裁判所 平成25年7月4日判決)

<自転車事故事例2>

女子高校生が夜間、携帯電話を操作しながら無灯火で走行中、前方を歩いていた女性(57歳)と衝突。女性は転倒した際に首などを強打し、手足に麻痺が残って歩行困難となる後遺障害に悩まされ、職を失った。
損害賠償額 約5,000万円 (横浜地方裁判所 平成17年11月25日判決)

★令和4年中の県警統計によると、自転車事故の約(⑩)割が加害事故となっています。
加害事故を起こしたら、あなたには3つの責任が発生します。

(⑪) の責任

「重過失致死傷罪」の場合、5年以下の懲役または禁固か100万円以下の罰金となる。

(⑫) の責任

被害者に対する損害賠償責任を負う。

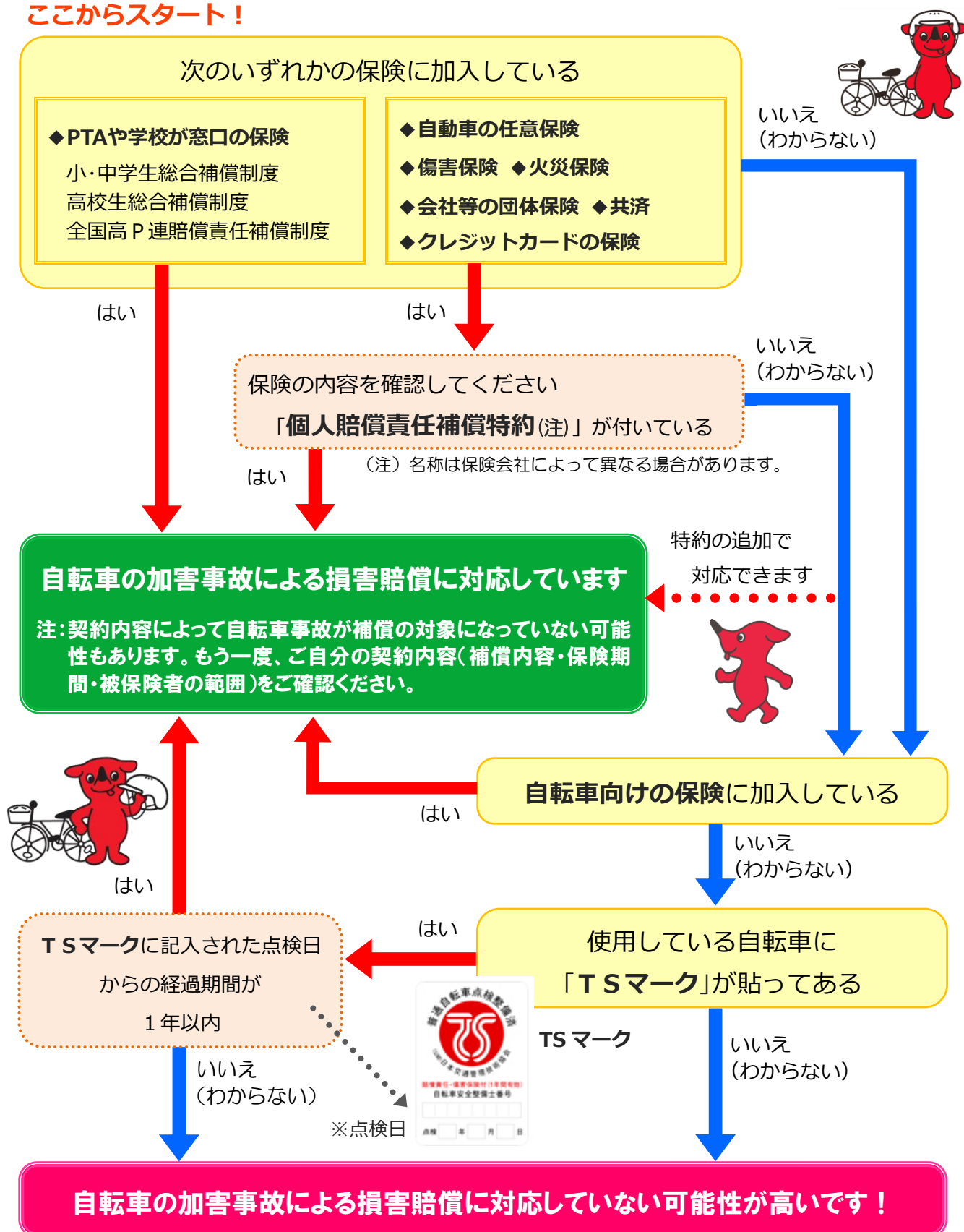
(⑬) な責任

学校や職場などの規則に基づき指導や処分などを受ける。

➡ 万一に備えて、自転車保険の加入について、保護者の方とチェックシートで確認しましょう。

自転車保険（賠償責任保険）の加入に関するチェックシート

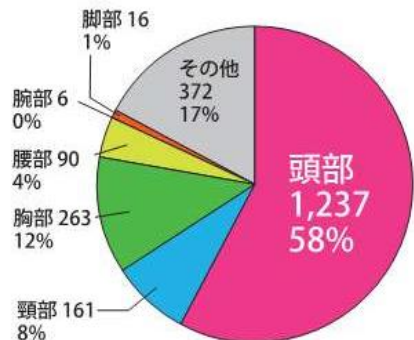
ここからスタート！



- もう一度、保険証券や加入者証などで契約内容を確認してください。
- 自転車の加害事故による損害賠償に対応していないようでしたら自動車任意保険や傷害保険等への特約の追加、自転車向けの保険の加入、TSマークの付帯保険をお勧めします。

ヘルメットをかぶろう（関連…道路交通法第63条の11 自転車条例第14条）

＜自転車事故による損傷部位別死者数の割合（平成29年～令和3年全国）＞



※表記外の数字を四捨五入しているため、各構成率の和が100%にならない場合があります。

（警察庁交通局統計による）

平成29年から令和3年の過去5年間における自転車事故での死者数2,145人のうち、頭部損傷による死者数は約（⑭）割の1,237人に及びます。

乗車用ヘルメットの有効性とは？

- ・転倒や事故の際に頭部への衝撃を和らげます。
- ・着用で死亡率が約3分の1に低減するという報告があります。（公益財団法人交通事故総合分析センター「交通事故分析レポートNO.97」（平成24年11月発行）による。）

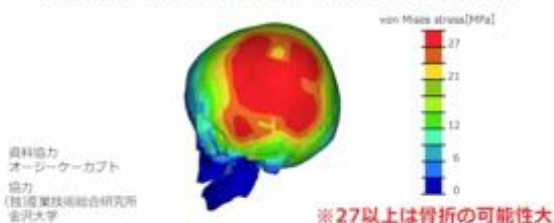


被害軽減に有効です！

＜転倒事故実験から（警察庁画像データから）＞



頭蓋骨に掛かる応力（ヘルメット未装着時）



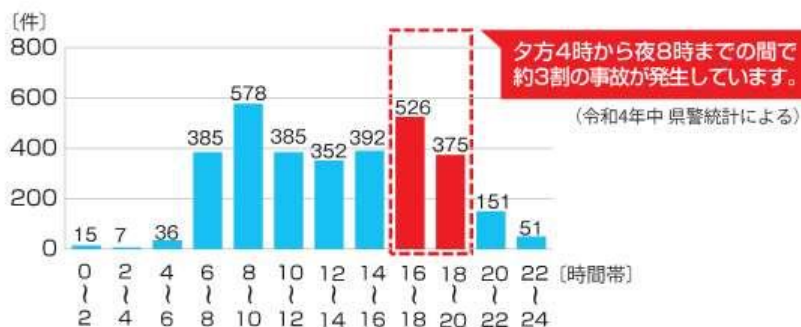
頭蓋骨に掛かる応力（ヘルメット装着時）



⇒ ヘルメットを装着した場合、その衝撃は未装着時の15分の1まで軽減されます。

反射器材をつけよう＆ライトをつけよう（関連…自転車条例第5条）

＜自転車事故の時間帯別事故発生状況（令和4年 千葉県）＞



とくに夕方4時から夜8時までの間で約（⑮）割の事故が発生しています。

反射器材を装着し、ライトをつけることで、周囲を確認だけでなく、自分の存在を相手に知らせることができます。

ながら運転はやめよう （関連…自転車条例第5条）

「ながら運転」とは、

（⑯）を差しながら、（⑰）を使用しながら、（⑱）で音楽を聴きながら等、他の行動を取りながら運転操作をすることをいいます。



「ながら運転」は、なぜ危険なのか考えましょう。

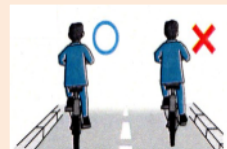
（解答）

<通行に関するちばサイクルルール>

道の左側を走ろう

自転車は（①）で車道走行が原則です。車道の（②）の端に寄って通行しなければなりません。

（③）通行は逆走です。他の車や自転車と衝突する危険性が非常に高いので絶対にしてはいけません。



歩いている人を優先しよう

自転車通行可の標識のある歩道を通行する場合は、歩道の中央から（④）寄り、又は指定された部分をすぐに停車できる速度で（⑤）し、歩行者の通行を妨げるときは、（⑥）しなければなりません。

歩道は（⑦）が優先です。常に周りの様子に気をくばり、思いやりを持って、通行しましょう。



交差点では安全確認しよう

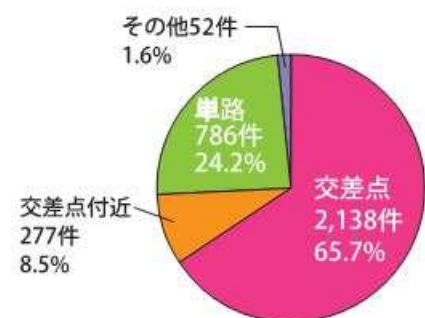
自転車の事故は、約（⑧）割が交差点（交差点付近を含む）で発生しています。（⑨）の標識・標示がある場所や、狭い道から広い道に出るとき、踏切などでは、必ず止まって、左右の（⑩）をしてから通行しましょう。

県内の自転車事故の道路形状別発生件数

（令和4年 千葉県）

（令和4年中 県警統計による）

自転車事故の道路形状別発生件数



（令和4年中 県警統計による）

4 「自転車運転者講習」の受講対象となる15項目の危険行為とは？

(道路交通法改正 令和2年6月30日施行)

(①))	(②)) 違反	指定場所 (③)) 等	歩道通行時の (④)) 違反 等	歩行者専用道路における 車両の通行義務違反
信号機の表示する信号に従わなければならない。	車道の右側通行は違反です。	一時停止の標識を無視して進入してはいけません。	歩道通行時は車道寄りを徐行します。	自転車が通行可能な歩行者専用道路を通行する際は徐行します。
路側帯通行時の歩行者の通行妨害	(⑤)) 立ち入り	交差点 (⑥)) 義務違反	交差点 (⑦)) 等	環状交差点安全進行義務違反等
路側帯であっても歩行者の通行を妨害してはなりません。	遮断機が下り、警報機が鳴っているとき、踏切の立ち入りはできません。	信号機のない交差点では優先確認し、徐行して進入しましょう。	交差点での右折は、直進、左折が優先です。	環状交差点内を通行する車両を妨害せず、交差点進入の際は徐行します。
(⑧)) 違反	(⑨)) 不良自転車運転	酒酔い運転	(⑩)) 義務 違反	妨害運転 (7 類型)
道路標識等で自転車の通行が禁止されている道路は通行できません。	ブレーキ性能が不良な自転車は走行できません。	中学生は飲酒そのものが法律違反です。	ハンドルやブレーキ等を確実に操作せず、また他人に危害を及ぼすような速度や方法で運転する行為は違反です。	他の車両 (自転車を含む) に対する、通行妨害目的で幅寄せ、逆走、不必要なブレーキ、進路変更などの行為は違反です。

自転車における 妨害運転

- ① 通行区分
- ② 急ブレーキの禁止
- ③ 車間距離の保持
- ④ 進路の変更の禁止
- ⑤ 追越しの方法
- ⑥ 警音器の使用等
- ⑦ 安全運転の義務

(妨害運転は自転車も対象となります)

「自転車運転者講習」の流れ

(⑪)) 年以内に (⑫)) 回以上
15 項目の危険行為で検挙

公安委員会が (⑬))

講習の受講
講習時間: (⑭)) 時間
手数料: (⑮)) 円

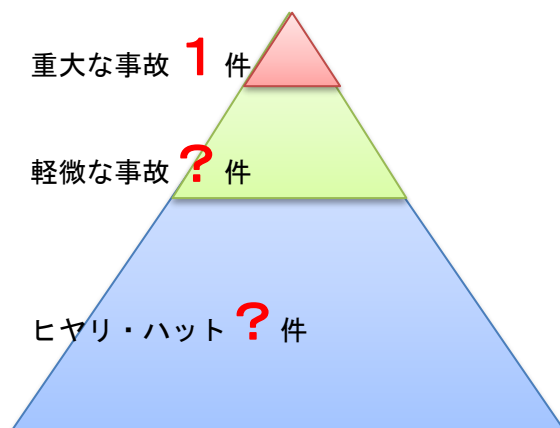
➡ 受講に従わない (受講しない) 場合、5 万円以下の罰金

なお、検挙措置をとらない場合に、

- ・当該行為が道路交通法に違反し、刑罰の対象となることを自転車運転者に認識させる。
- ・自転車安全ルールを現場で指導することで、交通違反の再犯を防ぐ。

という目的で、(⑯)) (イエローカード) が交付されます。

5 ヒヤリ、ハットした経験がありませんか？



「ハインリッヒの法則 (労働災害の経験則)」

ある原因で 1 件の重大災害が発生した場合、同じ原因で (①)) 件の軽微な災害が発生しており、さらに同じ原因でヒヤリ・ハットした事例が (②)) 件存在するといふものです。

(アメリカ損害保険会社勤務ハインリッヒによる、1929 年初出)

このことは、交通事故防止にも適用でき、軽微な事故やヒヤリ・ハットした段階で、その原因を取り除いて交通事故防止対策を講じることが必要です。

「グループで話し合ってみよう！」

【例題 1】

あなたは、自転車で緩やかな坂を下り、丁字路を左折します。

① どんな危険が潜んでいると考えられますか？

② そのために、どのような安全確認が必要ですか？



【例題 2】

あなたがヒヤリ・ハットした経験を書きましょう。

発生状況・要因	発生状況図
該当箇所を○で囲む。 ①日時：() 月 () 日 () 曜日 ②形態：交差点（信号あり・信号なし）・路上（直線・カーブ） ③状況：登校中・下校中・その他（ ） ④要因：安全不確認・信号無視・一時不停止・右側通行・ 急な右左折・徐行義務違反・二人乗り・「ながら運転」 （傘差しやスマートフォン、イヤホン使用）・ その他（ ）	
状況説明（ヒヤリ・ハットに至る経緯）	
どうすれば防げたかをグループで話し合ってみよう。	

自転車安全運転 チェックシート



学期に1回は、
確認しよう。

NO.	チェック項目（○か、×で答えましょう。）	1回目	2回目	3回目
		/	/	/
①	自転車に乗るときには、必ずヘルメットを着用している。			
②	車道を走るときは、道路の左側を通行している。			
③	自転車通行可の歩道を走るときは、歩行者を優先して車道寄りの歩道を徐行している。			
④	二人乗りや並んでの走行（並進可の標識があるところを除く。）をしていない。			
⑤	信号機や横断歩道のあるところを渡っている。			
⑥	交差点では信号を守り、一時停止・安全確認をしている。			
⑦	下り坂などスピードが出やすい道路では、ブレーキをかけてスピードを落とすようにしている。			
⑧	暗くなってきたら、早めにライトをつけている。			
⑨	イヤホンで音楽を聴いたり、スマホを操作したりの「ながら運転」をしていない。			
⑩	雨天時の走行では、傘差し運転をしていない。			
⑪	ハンドルやブレーキ、ベル、ライト、反射器材、かぎ等、自転車の点検整備を日頃から行っている。			
⑫	自転車は車両であり、乗り方によっては加害者となりうることを理解している。			
⑬	万が一加害者となった場合、刑事責任や、被害者への補償など重い責任を負うことを理解している。			
⑭	万が一の事故に備え、自転車の保険に加入している。			
⑮	自転車で走行していて、ヒヤリ・ハットした経験がない。			
	○の数の合計			

自転車点検整備 チェックシート

合言葉は、
「ブタはしゃべる」だよ。



	チェック項目（○か、×で答えましょう。）	1回目	2回目	3回目
		/	/	/
㊦	㊦レーキは前後効くか。			
㊤	㊤イヤに傷はないか。空気圧は適正か。			
㊢	㊢射器材が付いているか。ライトは適切に照射しているか。			
㊠㊡	㊠体のハンドルやサドル、ペダルにガタつきはないか。チェーンの張りは適切か。			
㊥㊦	㊥㊦はちゃんと鳴るか。			
	○の数の合計			

【ワークシート解答】

(NO. 1)

Q1○ Q2× Q3× Q4× Q5× Q6○ Q7× Q8○ Q9× Q10×

★交通事故にあったら…

①負傷者 ②二次被害 ③通報

1 県内の自転車交通事故の現状

①24.6 ②55

2 「ちばサイクルール」とは？

①自転車保険 ②点検整備 ③反射器材 ④ヘルメット ⑤左側 ⑥歩いている人 ⑦ながら運転
⑧交差点 ⑨ライト ⑩1 ⑪刑事上 ⑫民事上 ⑬社会的 ⑭6 ⑮3 ⑯傘
⑰スマートフォン（携帯電話） ⑱イヤホン

「ながら運転」は、なぜ危険なのか考えましょう。

(解答例) 周りの状況が見えないことや、周りの音が聞こえないことで、危険の察知が遅れ、大きな事故につながりかねないから。

〈通行に関するちばサイクルール〉

①車両 ②左側 ③右側 ④車道 ⑤徐行 ⑥一時停止 ⑦歩いている人 ⑧7 ⑨一時停止 ⑩安全確認

3 「自転車運転者講習」の受講対象となる14項目の危険行為とは？

①信号無視 ②通行区分 ③一時不停止 ④通行方法 ⑤遮断踏切 ⑥安全進行 ⑦優先者妨害 ⑧通行禁止
⑨制動装置 ⑩安全運転 ⑪3 ⑫2 ⑬受講命令 ⑭3 ⑮6,000 ⑯自転車指導警告票

4 ヒヤリ、ハットした経験がありませんか？

①29 ②300